

عنوان مقاله:

دانش، نگرش و عملکرد تغذیه ای دانشجویان ورزشکار شرکت کننده در المپیااد ورزشی دانشجویان در سال ۱۳۹۳

محل انتشار:

فصلنامه فیزیولوژی ورزشی و فعالیت بدنی، دوره 9، شماره 1 (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسنده:

ali maleki

خلاصه مقاله:

. چکیده هدف تحقیق: وضعیت تغذیه ای یکی از مهم ترین عوامل تعیین کننده ی سلامتی، آمادگی و عملکرد ورزشی ورزشکاران است. لذا هدف این تحقیق مطالعه دانش، نگرش و عملکرد تغذیه ای دانشجویان مرد شرکت کننده در المپیااد ورزشی دانشجویان در سال ۱۳۹۳ بود. روش تحقیق: در این تحقیق ۳۳۰ دانشجوی ورزشکار به روش انتخابی هدف دار برگزیده و با روش توصیفی-پیمایشی مورد ارزیابی قرار گرفتند. ابزار جمع آوری داده ها پرسشنامه KAP (شامل ۴ بخش) بود که به طریقه ی مصاحبه تکمیل شد. در بخش اول اطلاعات شخصی دانشجویان و در سایر بخش ها میزان دانش، نگرش و عملکرد تغذیه ای دانشجویان ورزشکار بررسی شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون های t تک نمونه ای، تحلیل واریانس یک طرفه و ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج: یافته ها نشان داد که دانشجویان ورزشکار دانش و نگرش تغذیه ای ضعیفی داشتند، اما عملکرد تغذیه ای آنان متوسط بود. در این بین، دانش، نگرش و عملکرد تغذیه ای دانشجویان ورزشکار به طور معنی داری از حد مطلوب پایین تر بود ($p < 0.05$). همچنین، تفاوت معنی داری بین دانش، نگرش و عملکرد تغذیه ای دانشجویان ورزشکار با رشته ورزشی و سطح تحصیلات آنان وجود نداشت (0.05).

(p

نتیجه

گیری: نتایج این تحقیق نشان داد که وضعیت دانش، نگرش و عملکرد تغذیه ای دانشجویان مرد ورزشکار شرکت کننده در المپیااد ورزشی دانشجویان در حد متوسط و ضعیف بوده و همه ورزشکاران نیاز مبرم به آموزش های نظری و کاربردی تغذیه ای دارند.

کلمات کلیدی:

دانش تغذیه ای، نگرش، عملکرد، ورزشکاران دانشگاهی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1299838>

